

## Erwartung und Enttäuschung

Unser Leben ist geprägt von Erwartungen und auch von Enttäuschungen. Überlegen wir einmal: Was ist Erwartung und was ist Enttäuschung?

Erwartung ist auf etwas warten oder zu hoffen. Enttäuschung ist ihr negatives Ende. Ich höre mich sagen: „Das hat mich aber enttäuscht.“ oder „Ich bin von dir mächtig enttäuscht.“

Wie Sie sich das schon denken können, haben Erwartungen immer mit mir selbst, mit Anderen oder mit Gott zu tun. Natürlich bin ich dann auch enttäuscht über die Sache, die nicht gelang, über mich und den Anderen und über Gott. Wie konnte er das nur zulassen?

Wie wir sehen gibt es eine enge Kopplung zwischen beiden Ebenen. Eins bedingt das Andere. Entweder freue ich mich oder bin enttäuscht.

In meinen Erwartungen gibt es oft einige egoistische Wünsche, z. B. dass jetzt alle auf meine Erwartungen und Wünsche eingehen sollten, dass meine Ziele erreicht werden und ich als der Sieger hervorgehe.

Natürlich gibt es da positive Ansätze. Es ist völlig in Ordnung Sieger oder der Beste sein zu wollen. Ich darf dabei nur nicht vergessen meine Ellbogenmentalität abzulegen. Ich kann nicht erzwingen, dass der Andere sich meinen Wünschen und Vorstellungen beugen muß. Er selbst hat auch Wünsche und Vorstellungen und meine Wünsche sind oft andere Wünsche. Da setzt dann auch oft die Enttäuschung ein, weil der Andere neben mir nicht so reagiert, wie ich es gern hätte. Das er mir meine Wünsche nicht erfüllt und ich am Ende mir leeren Händen da stehe.

Wo ich mich doch so sehr darum bemüht habe. Was erwarte ich hier?

Wir sind Unikate und jeder Andere auch, was wir leicht vergessen. Gott möchte die Vielfalt, deshalb wird es uns nicht zwei mal geben. Gehe ich davon aus das mein Gegenüber anders denkt, was ja vorkommen kann, dann kann es natürlich zu Mißverständnissen führen.

Ich erwarte, das jeder so sein sollte wie ich mir das so vorstelle (sogar Gott). Sollte er nicht so sein, dann ist Enttäuschung vorprogrammiert und auch meine Nörgelei und Anklage.

Manchmal kann ich über mich selbst frustriert sein. Meine Begrenzungen und meine Schwächen hindern mich meine Ziele zu erreichen. Ich habe mich von der Meinung anderer abhängig gemacht und auch von ihren Erwartungen an mich. Wenn andere Menschen mich als Versager deklarieren dann brauche ich das nicht zu akzeptieren und noch ein inneres Ja dazu finden. Ich habe mich stückweise abhängig gemacht von der Meinung meine Mutter, meiner Schwester, meines Nachbarn. als mein Gegenüber.

Die Enttäuschung hängt mit meiner Sicht zusammen. Möchte ich meine Sicht über Menschen und Dinge ändern?

Egal ob ich über mich, Gott oder den Anderen enttäuscht bin. Es sind letztendlich meine Vorstellungen, meine Sichtweisen und meine Wünsche die dort einfließen. Mit einigen meiner Sichtweisen komme ich nicht an mein Ziel. Es gibt keine Übereinstimmung, kein Umstimmen für mich. Ich erwarte von den Anderen, das er so reagiert wie ich es mir wünsche. Wir sehen, das Erwartungen und Enttäuschungen immer mit mir etwas zu tun haben.

Der Andere ist ja nicht enttäuscht. Es sind meine Auffassungen, meine Meinung, die nicht erfüllt und durchsetzbar sind. Es hat mit meinen Normen und Regeln zu tun und was ich von mir und anderen Menschen erwarte. Dabei achte ich oft nicht auf die Auffassung anderer Menschen. Meine Meinung will ich durchsetzen.

Es ist auch dann meine Verletzung. Die Frage dabei ist, inwieweit lasse ich jetzt diese Verletzung an mich heran.

Was wird verletzt? Vielleicht mein Ego? Was schmerzt so? Kann es verletzter Stolz sein?. Vielleicht bin ich übersehen worden oder man hat mich eingeengt? Ablehnung ist sehr schmerzhaft auch Gefangenschaft.

Aber wer setzt mich gefangen? Bin ich es selbst mit meinem engen Gewissen? Zwingt mich zu etwas?

Alles Fragen über die es lohnt nachzudenken. Erwartungen und Enttäuschung hat auch etwas mit Enge und Weite zu tun. Ein gelassener Mensch lebt ruhiger. Ihn kann man so leicht nicht von seinen Zielen abbringen.

Werden Sie ein Stück gelassener.

Was auch heißen könnte: Ich gebe meine Gedanken frei. Ich bin unabhängig und frei. Ich mache mich nicht abhängig.

Ihre Monika Glaschick

[www.Monika-Glaschick.de](http://www.Monika-Glaschick.de)